



〈キャベツの収穫始まりました〉  
ブロック状に切ったキャベツに豚バラ肉を巻いて蒸し焼きにする、きじまりゅうたさんのレシピ、「焦がしキャベツ豚ロール」がおすすめ！

2023.06

はたけは  
ひろいな  
おおきいな

標高500mの山のとっぺん、世羅高原の畑から、畑の風と、採れたての野菜のある毎日をお届けします。農業、化学肥料を使わずに育てました。



〈ミニトマトの花が咲いています〉  
5月10日、ハウスの中に定植しました。シシリアンルーシュ、プリンセスロゼ、トスカーナバイオレットに加えて、ナポリターナカナリアという黄色い品種も作っています。



〈ズッキーニ、収穫中です〉  
5月末頃から収穫が始まりました。緑色、黄色に加えて、淡緑色の品種も作っています。



〈新しい入居者が決まりました！〉  
5月10日頃に最初のシジュウカラが巣立った後、巣箱の中をきれいにしてかけ直したら、次のシジュウカラがやって来ました。苔の様なものをくわえて運んで来ています。

## 何も言わずに行ってしまいました

平年より8日早い梅雨入りに、大急ぎでうねを立て、定植適期になった苗の定植をしています。ネギ、キャベツ、ピーツ、サトイモ、コリンキー、韓国カボチャ、キュウリ、モロッコ豆、コールラビ、落花生、ナス、オクラなど。ハウスの中には、ミニトマト、バジル、ピーマンなど。今、芽が出かけているニガウリ、冬瓜、四角豆の苗を植えたら一息です。

3月から5月にかけて、畑にかけた巣箱で子育てをしていたシジュウカラが、5月10日頃、何も言わずに行ってしまいました。毎日あんなに頻りにやって来ていたのに、ぱったりと姿を見せなくなりました。巣箱の中には苔などが厚く敷き詰められ、お椀のような形の巣が作られていました。

5月19日から21日にかけて行われたG7広島サミットの交通規制は、野菜のお届けにも影響がありました。新型コロナウイルス感染症が5類に移行したこともあり、久しぶりに名古屋で法事があり家族で名古屋へ出かけました。お届け日の変更など、ご迷惑をおかけして申し訳ありませんでした。

### 〈6月の野菜〉

#### 露地の畑

キャベツ、コールラビ、半結球レタス、グリーンピースなどが収穫中。  
スナップエンドウ、晩生のタマネギ、キュウリ、コリンキー、韓国カボチャなどの収穫が始まる予定です。

#### ハウスの中

ズッキーニ、人参、エシャロットなどが収穫中。  
バジル、シナモンバジルなどの収穫が始まる予定です。

※気温が高くなり、野菜がしおれやすくなってきました。すぐ水につけてピンとさせてから、冷蔵庫で保存してください。